

## Pucio leczy się w Łodzi

Pucio ma status celebryty w środowisku rodziców małych dzieci. Jest bohaterem serii książek logopedycznych, napisanych przez Martę Galewską-Kustrę, ilustrowanych przez Joannę Kłos. Rodzina Pucia pomaga w nauce mowy, kształtowaniu zdrowych nawyków, pokazuje malownicze miejsca w Polsce, w których można spędzić wakacje, a ostatnio także oswaja z wizytą u lekarza.

Anna Baranowska-Jaźwiecka jest specjalistką pediatrii, znaną w Łodzi z empatycznego, życzliwego podejścia do dzieci dzięki metodzie porozumienia bez przemocy (Nonviolent Communication – NVC). Z wdziękiem i konsekwencją łączy tę metodę z medycyną opartą na faktach. Jest jedną z inspiracji dla postaci pediatry z najnowszej książeczki o Puciu „Pucio u lekarza”, a właściwie – u lekarki.

### **Czy naprawdę trzeba mieć pluszowego smoka przy sobie?**

– Zazwyczaj mam zabawkę, żeby nawiązać kontakt i uspokoić dziecko.

### **W jakim celu?**

– Bardzo ułatwia mi to pracę, mniej energii spalę na „walkę” z dzieckiem. Jestem leniwą bułą i chcę, żeby było mi łatwo (śmiech). Zawsze mam przy sobie małe zabawki.

### **Dlaczego pani pracuje w ten sposób?**

– Dla mnie największym autorytetem jest Janusz Korczak, traktował dzieci podmiotowo. Moi rodzice byli naturalnie bliskościowi, a dodatkowo teraz mam szczęście pracować z bardzo doświadczonymi lekarzami. Mogę się od nich uczyć.

W pracy i w życiu zachowuję się tak, jak ja bym chciała, żeby traktowano mnie. Kiedy dziecko czuje się bezpiecznie, to przychodzi samo i jest gotowe do badania. Jest lepsza współpraca.

### **To chyba trzeba dużo wyjaśniać i pokazywać?**

– Tak, zwłaszcza na początku. Potem mam więcej czasu np. na szczepienie. Rodzice nie zadają tych samych pytań. Z mojej perspektywy porozumienie bez przemocy to jest świetna metoda, która mnie wspiera na każdym polu mojego życia. Jest mi dużo lepiej w życiu, lepiej dogaduję się z rodziną.

### **A jak bym chciała spróbować, to jak zacząć?**

- Nie negocjować uczuć ani dziecka, ani swoich - to tak na początek. Proponuję obejrzeć wykłady Marshalla Rosenberga - pokazują rdzeń tej metody. Na początku wydawały mi się utopijne. Polecam także materiały Emilii Kulpy-Nowak - początkowo brzmi to nieco sztucznie. Ja potrzebuję posłuchać sama, żeby te sformułowania przeniknęły do mojego języka. Inna ekspertka, Małgorzata Stańczyk przeprowadza świetne darmowe webinary.

Jeśli jestem w stanie podążyć za metodą NVC, to zupełnie zmienia perspektywę moją i rodziny. Jestem dużo bardziej wyrozumiała dla siebie, bo mniej blokuje mnie wizja niepowodzenia. Dużo cichszy jest krytyk (wewnętrzny?) i mam dużo większe wsparcie dla siebie samej.

Polecam także edukację na temat rozwoju psychicznego dzieci.

### **A nie można tak jak kiedyś - raz dwa, i dziecko zbadane? Kto ma na to czas - na te smoki i dinozaury?**

- Nie wiem, jak jest bez dinozaurów - dla mnie to jest oszczędność energii i czasu. Jest po prostu łatwiej.

### **Czy z każdym dzieckiem tak można?**

- Mam doświadczenie z dziećmi nieneurotypowymi. Czasem się słyszy, że kiedy jest jakieś zaburzenie, to trzeba trzymać bardzo sztywno granice. Są takie dzieci, którym dinozaur nie pomoże. Wtedy trzeba się spieszyć. Mam też doświadczenie mojej bratowej - jej dzieci postrzegają świat jako bezpieczny, są otwarte, ale/i potrafią stawiać granice. Widzę owoce tego postępowania.

### **A czy to nie są jakieś nowoczesne wymysły? Kiedyś to były czasy. Teraz to nie ma czasów.**

- Kiedyś panowało przekonanie, że dziecko grzeczne to dziecko posłuszne. Chciałabym, żeby dziecko z własnej potrzeby chciało współpracować z rodzicem lub innym istotnym dorosłym.

Rozmawiała Justyna Szyburska, specjalista psychiatrii

Panaceum 11/2022